

PSICOTERAPIA PROPÓSITO, PROCESO, Y PRÁCTICA

Una extensión de los principios de
Un curso de milagros

INTRODUCCIÓN

1. La psicoterapia es la única forma de terapia que existe. ²Puesto que sólo la mente puede estar enferma, sólo la mente puede ser sanada. ³Sólo la mente tiene necesidad de sanación. ⁴Este no parece ser el caso, pues las manifestaciones de este mundo parecen bastante reales. ⁵La psicoterapia es necesaria para que un individuo pueda comenzar a cuestionar su realidad. ⁶Algunas veces puede comenzar a abrir su mente sin ayuda formal, pero incluso entonces es siempre algún cambio en su percepción de las relaciones interpersonales lo que le permite hacerlo. ⁷Algunas veces necesita una relación más estructurada y extensa con un terapeuta "oficial". ⁸En ambos casos la tarea es la misma: el paciente debe ser ayudado a cambiar de idea acerca de la "realidad" de las ilusiones.

1. EL PROPÓSITO DE LA PSICOTERAPIA

1. Muy sencillamente, el propósito de la psicoterapia es eliminar los obstáculos a la verdad. ²Su objetivo es ayudar al paciente a abandonar su fijo sistema ilusorio, y comenzar a reconsiderar las espurias relaciones causa-efecto sobre las cuales descansa este sistema. ³Nadie en este mundo se escapa del miedo, pero todo el mundo puede reconsiderar sus causas y aprender a evaluarlas correctamente. ⁴Dios ha dado a todo el mundo un Maestro Cuya sabiduría y ayuda sobrepasan ampliamente cualesquiera contribuciones que un terapeuta terrenal pueda proveer. ⁵Sin embargo, hay momentos y situaciones en las cuales una relación terrenal entre paciente y psicoterapeuta se convierte en la manera a través de la cual Él ofrece Sus más grandes regalos a ambos.

2. ¿Qué mejor propósito podría una relación tener que el de invitar al Espíritu Santo a entrar en ella y dar Su Propio gran regalo de regocijo? ²¿Qué más alta meta podría haber para cualquiera que la de aprender a invocar a Dios y escuchar Su Respuesta? ³¿Y qué objetivo más trascendente puede haber que el de evocar el camino, la verdad y la vida, y recordar a Dios? ⁴Ayudar en esto es el propósito correcto de la psicoterapia. ⁵¿Podría algo ser más santo? ⁶Pues la psicoterapia, entendida correctamente, enseña el perdón y ayuda al paciente a reconocerlo y a aceptarlo. ⁷Y en su sanación el terapeuta se perdona junto con él.

3. Todo el que necesita ayuda, sin importar la forma de su sufrimiento, se está atacando a sí mismo y, como consecuencia de ello, la paz de su mente está sufriendo. ²Estas tendencias a menudo se describen como "autodestructivas" y, con frecuencia, el paciente mismo las percibe de esa forma. ³De lo que no se da cuenta y lo que necesita aprender, es que ese "yo" que puede atacar y también ser atacado es un concepto que él ha fabricado. ⁴Aun más, lo atesora, lo defiende y en ocasiones incluso se encuentra dispuesto a "sacrificar" su "vida" en nombre de ese yo. ⁵Pues lo considera su propio ser. ⁶Lo ve como algo que se afecta, que reacciona a fuerzas externas según ellas lo requieren, y que se encuentra indefenso en medio del poder del mundo.

4. La psicoterapia, entonces, debe restablecer a su conciencia la

habilidad para tomar sus propias decisiones.²Debe disponerse a revertir su pensamiento, y a entender que aquello que él creyó que proyectaba sus efectos sobre él era fabricado por sus propias proyecciones sobre el mundo.³Por tanto, el mundo que ve no existe.⁴Hasta que esto se acepte, al menos en parte, el paciente no puede verse a sí mismo como realmente capaz de tomar decisiones.⁵Y luchará contra su libertad por creer que se trata de su esclavitud.

5. El paciente no necesita pensar que la verdad es Dios para tener progresos en la salvación.²Pero debe comenzar a separar la verdad de la ilusión, al reconocer que no son lo mismo, y al estar paulatinamente más dispuesto a ver las ilusiones como falsas y a aceptar la verdad como tal.³Su Maestro lo conducirá desde ahí, tan lejos como se encuentre dispuesto a llegar.⁴La psicoterapia sólo puede ahorrarle tiempo.⁵El Espíritu Santo usa el tiempo como lo considera mejor, y Él nunca se equivoca.⁶La psicoterapia bajo Su dirección es uno de los medios que usa para ahorrar tiempo y para preparar maestros adicionales para Su obra.⁷La ayuda que Él comienza y dirige no tiene fin.⁸Cualquiera que sea la ruta que Él elija, toda psicoterapia, finalmente, conduce a Dios.⁹Pero eso se le deja a Él.¹⁰Todos somos Sus psicoterapeutas, pues Quiere que todos seamos sanados en Él.

2. EL PROCESO DE LA PSICOTERAPIA

Introducción

1. La psicoterapia es un proceso que cambia la visión del "yo".²A lo sumo, este "nuevo yo" es un concepto de uno mismo más beneficioso, pero no puede esperarse que la psicoterapia establezca qué es la realidad.³Esa no es su función.⁴Si logra abrirle el paso a la realidad, ha alcanzado su máximo éxito.⁵Toda su función, al final, consiste en ayudar al paciente a manejar un error fundamental: la creencia de que la ira le ofrece algo que en realidad desea, y de que al justificar el ataque se está protegiendo a sí mismo.⁶En la medida en que llegue a darse cuenta de que esto es un error, en esa misma medida se ha salvado realmente.

2. Los pacientes no entran en una relación terapéutica con este objetivo en mente.²Por el contrario, tales conceptos significan poco para ellos, o no necesitarían ayuda.³Su objetivo es ser capaces de conservar su concepto del yo exactamente como está, pero sin el sufrimiento que ello conlleva.⁴Todo su equilibrio descansa sobre la insensata creencia de que esto es posible.⁵Y como resulta tan claramente imposible para la mente sana, lo que buscan es magia.⁶En las ilusiones lo imposible se consigue fácilmente, pero a costa de dar realidad a las ilusiones.⁷El paciente ya ha pagado su precio.⁸Ahora quiere una ilusión "mejor".

3. Al comienzo, pues, la meta del paciente y la del terapeuta son divergentes.²Tanto el terapeuta como el paciente pueden abrigar falsos conceptos de sí mismos, pero aun así sus respectivas percepciones sobre la "mejoría" deben ser distintas.³El paciente espera aprender a lograr los cambios que quiere sin cambiar su concepto de sí mismo de manera significativa.⁴De hecho, espera que ese concepto se establezca lo suficiente para incluir en el mismo los poderes mágicos que busca en la psicoterapia.⁵Desea volver invulnerable lo vulnerable e ilimitado lo finito.⁶El yo que ve es su dios, y lo único que busca es servirle mejor.

4. Sin importar cuán sincero pueda ser el propio terapeuta, debe querer cambiar el concepto que el paciente tiene de sí mismo de alguna manera que considera real.²La tarea de la terapia es reconciliar estas

diferencias. ³Con suerte, ambos aprenderán a abandonar sus metas originales, pues sólo en las relaciones puede hallarse la salvación. ⁴A al comienzo, es inevitable que tanto los pacientes como los terapeutas acepten metas irreales que no están completamente libres de matices mágicos. ⁵Finalmente, estas se abandonarán en las mentes de ambos.

I. Los límites en la psicoterapia

1. Pero el resultado ideal rara vez se alcanza. ²La terapia comienza con el entendimiento de que la sanación es de la mente, y en psicoterapia los que creen esto, ya se han acercado entre sí. ³Puede ser que no lleguen mucho más lejos, pues nadie aprende más allá de su disposición. ⁴Sin embargo, los niveles de disposición cambian, y cuando el terapeuta o el paciente han alcanzado el siguiente, se les ofrecerá una relación que se adapta a su cambiante necesidad. ⁵Tal vez se unan de nuevo y avancen en en la misma relación, haciéndola más santa. ⁶tal vez cada uno de ellos se adentrará en otro compromiso. ⁷Ten esto por seguro: cada uno de ellos progresará. ⁸Los retrocesos son temporales. ⁹La dirección general es de progreso hacia la verdad.

2. La psicoterapia de por sí no puede ser creativa. ²Este es uno de los errores que el ego fomenta: que es capaz de verdadero cambio, y por consiguiente, de verdadera creatividad. ³Cuando hablamos de "la ilusión salvadora" o "el sueño final", no es esto lo que queremos decir, pero aquí radica la última defensa del ego. ⁴La "resistencia" es su manera de ver las cosas; su interpretación del progreso y del crecimiento. ⁵Estas interpretaciones estarán necesariamente equivocadas, puesto que son ilusorias. ⁶Los cambios que el ego busca no son cambios reales. ⁷Son sólo sombras más profundas, o tal vez distintos patrones de nubes. ⁸Sin embargo, lo que está hecho de nada no puede ser llamado nuevo o diferente. ⁹Las ilusiones son ilusiones; la verdad, es verdad.

3. La resistencia como se define aquí puede ser característica tanto de un terapeuta como de un paciente. ²En ambos casos, le pone un límite a la psicoterapia porque restringe sus objetivos. ³El Espíritu Santo tampoco puede luchar contra las intrusiones del ego en el proceso terapéutico. ⁴Pero Él esperará, y Su paciencia es infinita. ⁵Su meta es

siempre totalmente indivisa.⁶Cualesquiera que sean las resoluciones alcanzadas por el paciente y el psicoterapeuta con respecto a sus propias metas divergentes, no pueden llegar a reconciliarse completamente como una hasta que se unen con las Suyas.⁷Sólo entonces acaba todo conflicto, pues sólo entonces puede haber certidumbre.

4. En forma ideal, la psicoterapia es una serie de encuentros santos en los que los hermanos se encuentran para bendecirse y recibir la paz de Dios.²Y esto llegará a ocurrir algún día para todo "paciente" sobre la faz de la tierra, pues ¿quién sino un paciente podría haber llegado aquí?³El terapeuta es sólo un maestro de Dios un poco más especializado.⁴Aprende mediante la enseñanza, y cuanto más avanzado se encuentra más enseña y más aprende.⁵Pero cualquiera que sea la fase en la que se encuentra, hay pacientes que lo necesitan exactamente así.⁶No pueden asimilar más de lo que él puede dar por el momento.⁷Sin embargo, ambos finalmente hallarán la cordura.

II. El lugar de la religión en la psicoterapia.

1. Para ser un maestro de Dios, no es necesario ser religioso o creer siquiera en Dios de modo reconocible.²Es necesario, sin embargo, enseñar perdón en lugar de condenación.³Aun en esto no se requiere completa consistencia, puesto que cualquiera que haya alcanzado ese punto podría enseñar la salvación completamente, en un instante y sin una palabra.⁴No obstante, quien ha aprendido todas las cosas no necesita maestro, y los que han sanado no tienen necesidad de terapeuta.⁵Las relaciones son aún el templo del Espíritu Santo, y se perfeccionarán en el tiempo y se restituirán a la eternidad.

2. La religión formal no ocupa ningún lugar en la psicoterapia, así como tampoco ocupa un lugar verdadero en la religión.²En este mundo, hay una asombrosa tendencia a unir palabras contradictorias en un solo término sin percibir la contradicción en absoluto.³El intento de formalizar la religión es un intento tan evidente del ego de reconciliar lo irreconciliable que prácticamente no necesita explicarse aquí.⁴La religión es experiencia; la psicoterapia es experiencia.⁵En sus más altos niveles se vuelven una.⁶Ninguna es verdad en sí misma, pero ambas pueden conducir a la verdad.⁷¿Qué puede ser necesario

para encontrar la verdad, la cual permanece perfectamente obvia, sino la eliminación de los aparentes obstáculos a la verdadera conciencia?

3. Nadie que aprenda a perdonar puede dejar de recordar a Dios. ²El perdón, pues, es todo lo que necesita enseñarse, pues es todo lo que necesita aprenderse. ³Todos los obstáculos al recuerdo de Dios son formas de falta de perdón, y nada más. ⁴Esto nunca está claro para el paciente, y es muy raro que lo esté para el terapeuta. ⁵El mundo ha enfocado todas sus fuerzas contra esta conciencia concreta, pues en ella radica el fin del mundo y todo lo que representa.

4. Sin embargo, la conciencia de Dios no constituye una meta razonable para la psicoterapia. ²Ésta llegará cuando se complete la psicoterapia, puesto que donde hay perdón la verdad tiene que llegar. ³Sería injusto en verdad si la creencia en Dios fuera necesaria para el éxito terapéutico. ⁴La creencia en Dios tampoco es un concepto significativo, puesto que a Dios sólo puede conocerse. ⁵La creencia implica que la no creencia es posible, pero el conocimiento de Dios no tiene opuesto verdadero. ⁶No conocer a Dios es no tener ningún conocimiento, y es a esto a lo que conduce toda falta de perdón. ⁷Y sin el conocimiento uno sólo puede tener creencia.

5. Diferentes ayudas de aprendizaje resultan atractivas para gente diferente. ²Algunas formas de religión no tienen nada que ver con Dios, y algunas formas de psicoterapia no tienen nada que ver con la sanación. ³Pero si el alumno y el maestro se unen para compartir una meta, Dios entrará en su relación, porque Él ha sido invitado a entrar. ⁴De la misma manera, una unión de propósito entre el paciente y el terapeuta restituye al predominio el lugar de Dios, primero a través de la visión de Cristo y luego a través de la memoria de Dios Mismo. ⁵El proceso de la psicoterapia es el regreso a la cordura. ⁶Profesor y alumno, terapeuta y paciente, están todos locos o de lo contrario no estarían aquí. ⁷Juntos pueden encontrar un camino de salida, puesto que nadie encontrará la cordura solo.

6. Si la sanación es una invitación a que Dios entre en Su Reino, ¿qué importa la manera como está escrita la invitación? ²¿Importa el papel, o la tinta, o el bolígrafo? ³¿o es el que escribe el que extiende la invitación? ⁴Dios llega a todos los que quieren restituir Su mundo, pues han encontrado la manera de Llamarlo. ⁵Si dos se unen, Él tiene que estar ahí. ⁶Cuál sea su propósito no importa, pero tienen que

compartirlo completamente para que tengan éxito. ⁷Es imposible compartir una meta sin la bendición de Cristo, pues lo que no se ve a través de sus ojos está demasiado fragmentado para que tenga sentido.

7. De la misma manera que la verdadera religión sana, la verdadera psicoterapia debe ser religiosa. ²Pero ambas tienen muchas formas, pues ningún buen maestro utiliza la misma aproximación con todos los alumnos. ³Por el contrario, escucha pacientemente a cada uno, y lo deja formular su propio currículo; no la meta de éste, sino la manera como puede alcanzar mejor la meta que se propone. ⁴Tal vez el maestro no piensa en Dios como parte de la enseñanza. ⁵Tal vez el psicoterapeuta no entiende que la sanación procede de Dios. ⁶Pueden tener éxito allí donde fallan muchos que creen que han encontrado a Dios.

8. ¿Qué tiene que hacer el maestro para asegurar el aprendizaje? ²¿Qué tiene que hacer el terapeuta para conseguir la sanación? ³Sólo una cosa, el mismo requisito que la salvación pide de todos. ⁴Cada uno debe compartir una meta con alguien más, y al hacerlo, perder todo sentido de intereses separados. ⁵Sólo cuando se hace esto es posible trascender los estrechos límites que el ego quiere imponerle al yo. ⁶Sólo al hacer esto maestro y alumno, terapeuta y paciente, tú y yo, podemos aceptar la Expiación y aprender a darla tal como se recibió.

9. La comunión es imposible si se está solo. ²Nadie que permanece aparte puede recibir la visión de Cristo. ³Se le está ofreciendo, pero no puede extender su mano para recibirla. ⁴Que se aquiete y reconozca que la necesidad de su hermano es la suya propia. ⁵Y que entonces satisfaga la necesidad de su hermano como suya y vea que éstas se satisfacen como si fueran una sola, porque lo son. ⁶¿Qué es la religión sino un instrumento para ayudarlo a ver que esto es así? ⁷¿Y qué es la psicoterapia sino una ayuda en esa misma dirección precisamente? ⁸Es la meta la que convierte estos procesos en lo mismo, pues son uno en propósito y por consiguiente deben ser uno en los medios.

III. El papel del psicoterapeuta

1. El psicoterapeuta es un líder en el sentido de que camina ligeramente delante del paciente, y le ayuda a evitar algunas de las

trampas del camino al verlas primero.²Idealmente, es también un seguidor, pues hay “Uno” que debe caminar delante de él y darle luz para que vea.³Sin Éste, ambos sólo tropezarán ciegamente sin dirección alguna.⁴Sin embargo, es imposible que Éste se halle ausente del todo si la meta es la sanación.⁵No obstante, puede que no se Le reconozca.⁶Y de esta manera la pequeña luz que se puede aceptar en ese momento, es todo lo que se tiene para iluminar el camino hacia la verdad.

2. La sanación está restringida tanto por las limitaciones del psicoterapeuta, como por las del paciente.²El objetivo del proceso, por tanto, es trascender estos límites.³Ninguno de los dos puede hacer esto solo, pero cuando se unen, se les ha dado la potencialidad para trascender todas las limitaciones.⁴Ahora el alcance de su éxito depende de qué tanto de su potencialidad están dispuestos a usar.⁵La voluntad puede provenir de cualquiera de los dos al principio, y en cuanto el otro la comparta, crecerá.⁶El progreso se convierte en un asunto de decisión; puede alcanzar casi hasta el Cielo o no alejarse del infierno más que un paso o dos.

3. Es muy posible que la psicoterapia parezca fracasar.²Incluso es posible que el resultado parezca un retroceso.³Pero al final tiene que haber algún éxito.⁴Uno pide ayuda; otro escucha y trata de responder en forma de ayuda.⁵Esta es la fórmula de la salvación, y tiene que sanar.⁶Sólo las metas divididas pueden interferir en la sanación perfecta.⁷Un terapeuta sin ningún ego podría sanar el mundo sin una palabra, por el solo hecho de estar ahí.⁸No necesita que nadie lo vea o le hable o incluso sepa de su existencia.⁹Su simple Presencia es suficiente para sanar.

4. El terapeuta ideal es uno con Cristo.²Pero la sanación es un proceso, no un hecho.³El terapeuta no puede progresar sin el paciente, y el paciente no puede estar listo para recibir a Cristo o de lo contrario no podría estar enfermo.⁴En un sentido, el terapeuta sin ego es una abstracción que se encuentra al final del proceso de sanación, demasiado avanzado para creer en la enfermedad y demasiado cerca de Dios para conservar sus pies en la tierra.⁵Ahora él puede ayudar a través de aquellos que necesitan ayuda, pues de esta manera está llevando a cabo el plan establecido para la salvación.⁶El psicoterapeuta se convierte en su paciente, al trabajar a través de

otros pacientes para expresar sus pensamientos a medida que los recibe de la Mente de Cristo.

IV. El proceso de la enfermedad

1. De la misma manera que toda terapia es psicoterapia, toda enfermedad es mental. ²Es un juicio sobre el Hijo de Dios, y el juicio es una actividad mental. ³El juicio es una decisión, tomada una y otra vez, contra la creación y su Creador. ⁴Es una decisión de percibir el universo como tú lo habrías creado. ⁵Es una decisión de que la verdad puede mentir y debe ser mentira. ⁶¿Qué otra cosa, pues, puede ser la enfermedad sino una expresión de tristeza y culpa? ⁷¿y quién podría llorar sino por su inocencia?

2. Una vez que el Hijo de Dios se ve culpable, la enfermedad no se puede evitar. ²Se ha pedido y se recibirá. ³Y todos los que piden la enfermedad se han condenado ahora a sí mismos a buscar remedios que no les pueden ayudar, pues su fe está puesta en la enfermedad y no en la salvación. ⁴No puede haber nada que un cambio de mentalidad no pueda afectar, pues todas las cosas externas son sólo sombras de una decisión ya tomada. ⁵Si se cambia la decisión, ¿cómo puede su sombra permanecer sin cambio? ⁶La enfermedad no puede ser sino la sombra de la culpa, grotesca y fea, puesto que imita la deformidad. ⁷Si una deformidad se ve como real, ¿cómo puede ser su sombra sino deforme?

3. El descenso al infierno sigue paso a paso un curso inevitable, una vez se ha tomado la decisión de que la culpa es real. ²La enfermedad y la muerte y la miseria acechan ahora la tierra en inexorables vaivenes, algunas veces simultáneamente y otras en siniestra sucesión. ³Pero todas estas cosas, por reales que parezcan, son sólo ilusiones. ⁴¿Quién podría tener fe en ellas una vez que ha reconocido esto? ⁵Y ¿quién podría no tener fe en ellas hasta que lo reconozca? ⁶La sanación es terapia o corrección, y hemos dicho ya, y volveremos a decir, que toda terapia es psicoterapia. ⁷Sanar a los enfermos no es sino ofrecerles este entendimiento.

4. La palabra "cura" ha perdido reputación entre los más "respetables" terapeutas del mundo, y con razón. ²Pues ni uno solo de ellos puede curar, y ninguno de ellos entiende lo que es la sanación. ³En el peor de

los casos, sólo hacen el cuerpo real en sus propias mentes, y una vez lo han hecho, buscan la magia para sanar los males con los cuales sus mentes lo han dotado. ⁴¿Cómo podría sanar un proceso así? ⁵Es ridículo de principio a fin. ⁶Pero una vez comenzado, tiene que terminar del mismo modo. ⁷Es como si Dios fuese el diablo y fuera necesario encontrarlo en el mal. ⁸¿Cómo podría haber amor allí? ⁹Y cómo podría sanar la enfermedad? ¹⁰¿No son estas dos preguntas una sola?

5. En el mejor de los casos, y la palabra tal vez sea cuestionable aquí, los "sanadores" del mundo pueden reconocer que la mente es el origen de la enfermedad. ²Pero su error estriba en la creencia de que ésta puede sanarse a sí misma. ³Esto tiene algún mérito en un mundo en donde el concepto de "grados de error" tiene significado. ⁴Sin embargo, sus curas siguen siendo temporales, o, aparece otra enfermedad en su lugar, puesto que la muerte no se ha superado hasta que el significado del amor se entienda. ⁵Y ¿quién puede entender esto sin la Palabra de Dios, dada por Él al Espíritu Santo como Su regalo para ti?

6. Toda clase de enfermedad puede definirse como el resultado de una visión del yo como débil, vulnerable, malvado y en peligro, y por consiguiente en necesidad de constante defensa. ²Sin embargo, si el yo fuera realmente así, la defensa sería imposible. ³Por lo tanto, las defensas que se han buscado tienen que ser mágicas. ⁴Tienen que superar todos los límites percibidos en el yo, al mismo tiempo que fabrican un nuevo concepto del yo en el cual el antiguo no tiene cabida. ⁵En una palabra, el error se acepta como real y lo manejan las ilusiones. ⁶Cuando la verdad se trae ante las ilusiones, la realidad se convierte en una amenaza y se percibe como maligna. ⁷El amor se vuelve algo temible porque la realidad es amor. ⁸De esta forma se cierra el círculo contra las "intrusiones" de la salvación.

7. Por lo tanto, la enfermedad es un error y necesita corrección. ²Y como hemos enfatizado ya, la corrección no puede ser alcanzada estableciendo primero lo "correcto" del error para luego pasarlo por alto. ³Si la enfermedad es real, en verdad no se puede pasar por alto, puesto que pasar por alto la realidad es insensatez. ⁴Sin embargo, ese es el propósito de la magia: transformar en realidad las ilusiones a través de una falsa percepción. ⁵Esto no puede sanar, puesto que se

opone a la verdad. ⁶Tal vez una ilusión de salud sustituya la ilusión de enfermedad por un corto tiempo, pero no durará. ⁷El miedo no puede ser ocultado por las ilusiones durante mucho tiempo, puesto que es parte de ellas. ⁸Escapará y adoptará otra forma, pues es la fuente de todas las ilusiones.

8. La enfermedad es locura porque toda enfermedad es mental, y en ella no hay grados. ²Una de las ilusiones a través de las cuales se percibe la enfermedad como real es la creencia de que la enfermedad varía en intensidad; que el grado de amenaza difiere de acuerdo con la forma que toma. ³Aquí radica la base de todos los errores, pues todos ellos no son más que intentos de transigir, que se hacen por ver sólo una parte ínfima del infierno. ⁴Esto es una burla tan ajena a Dios que tiene que ser inconcebible por siempre. ⁵Pero los locos lo creen porque están locos.

9. Un loco defenderá sus ilusiones porque ve en ellas su salvación. ²De esta manera, atacará a aquél que trate de salvarlo de ellas, al creer que lo está atacando. ³Este curioso círculo de ataque-defensa es uno de los problemas más difíciles que debe enfrentar el psicoterapeuta. ⁴De hecho, esta es su tarea central: el corazón de la psicoterapia. ⁵El terapeuta se ve como alguien que está atacando la posesión más querida del paciente: la imagen de sí mismo. ⁶Y como esta imagen se ha convertido en la seguridad del paciente tal como él la percibe, el terapeuta no puede verse sino como una real fuente de peligro, que debe atacarse e incluso matarse.

10. El psicoterapeuta, pues, tiene una tremenda responsabilidad. ²Debe enfrentar el ataque sin ataque, y por tanto, sin defensa. ³Su tarea es demostrar que las defensas no son necesarias y que la indefensión es fuerza. ⁴Esta tiene que ser su enseñanza, si su lección ha de ser que la cordura es seguridad. ⁵No puede enfatizarse con suficiente fuerza que los locos creen que la cordura es una amenaza. ⁶Este es el corolario del "pecado original": la creencia de que la culpa es real y está completamente justificada. ⁷Por lo tanto la función del psicoterapeuta consiste en enseñar que la culpa, por ser irreal, no tiene justificación. ⁸Ni tampoco es segura. ⁹Y así pues, tiene que permanecer indeseable además de irreal.

11. La doctrina única de la salvación, es la meta de toda psicoterapia. ²Alivia la mente del insensato peso de la culpa que carga

tan fatigosamente, y la sanación se logra. ³El cuerpo no se sana. ⁴Tan solo se reconoce como lo que es. ⁵Visto correctamente, se puede entender su propósito. ⁶¿Para qué se necesita la enfermedad entonces? ⁷Con esta única sustitución, todo lo demás se logrará. ⁸No hay necesidad de complicados cambios. ⁹No hay necesidad de largos análisis y discusiones y búsquedas fatigosas. ¹⁰La verdad es simple, puesto que es una para todos.

V. El proceso de la sanación

1. Aunque la verdad es simple, de todas maneras se le tiene que enseñar a aquellos que ya han perdido su camino en interminables laberintos de complejidad. ²Esta es la gran ilusión. ³En su estela viene la inevitable creencia de que, para estar seguro, uno debe controlar lo desconocido. ⁴Esta extraña creencia se basa en ciertos pasos que nunca llegan a la conciencia. ⁵Primero, se introduce a través de la creencia de que hay fuerzas que deben vencerse para poder estar vivo. ⁶Y luego, parece como si estas fuerzas pudiesen mantenerse a raya únicamente mediante un inflado sentido del yo, que mantiene en la oscuridad lo que en realidad se siente, y busca elevar las ilusiones a la luz.

2. Recordemos que los que vienen a nosotros en busca de ayuda están severamente atemorizados. ²Lo que creen que ayudará sólo puede hacer daño; lo que creen que les hará daño es lo único que puede ayudar. ³El progreso se vuelve imposible hasta que el paciente es persuadido de invertir su torcida manera de ver el mundo, su torcida manera de verse a sí mismo. ⁴La verdad es simple. ⁵Pero tiene que enseñarse a aquellos que creen que los pondrá en peligro. ⁶Se le tiene que enseñar a aquellos que atacarán por sentirse amenazados, y a aquellos que necesitan la lección de la indefensión por encima de todo, para que ésta les demuestre lo que es la fortaleza.

3. Si este mundo fuera ideal, tal vez podría existir una terapia ideal. ²Y aun así, sería inútil en un estado ideal. ³Hablamos de enseñanza ideal en un mundo en el cual el maestro perfecto no podría permanecer por mucho tiempo; el perfecto psicoterapeuta es sólo un destello de un pensamiento aún no concebido. ⁴Pero de todas maneras hablamos de lo que puede hacerse todavía para ayudar a los locos dentro de los límites de lo realizable. ⁵Mientras estén enfermos, pueden y deben ser

ayudados. ⁶Nada más que eso se le pide a la psicoterapia; nada menos que todo lo que tiene para dar es digno del terapeuta. ⁷Pues Dios Mismo le ofrece a su hermano como su salvador del mundo.

4. La sanación es santa. ²Nada en el mundo es más santo que ayudar a alguien que pide ayuda. ³Y en este intento, aunque sea limitado, aunque carezca de sinceridad, los dos se acercan mucho a Dios. ⁴Donde dos se han unido para la sanación, allí está Dios. ⁵Y Él ha garantizado que en verdad los escuchará y les responderá. ⁶Pueden estar seguros de que la sanación es un proceso que Él dirige, pues está de acuerdo con Su Voluntad. ⁷Tenemos Su Palabra para guiamos, mientras tratamos de ayudar a nuestros hermanos. ⁸No olvidemos que por nosotros solos somos impotentes, y apoyémonos en una fuerza que está más allá de nuestro limitado alcance, con respecto a qué enseñar y a cómo debemos aprenderlo.

5. Un hermano que busca ayuda puede traer regalos más allá de las alturas percibidas en sueño alguno. ²Nos ofrece la salvación, pues viene a nosotros como Cristo y Salvador. ³Lo que él pide lo está pidiendo Dios a través de él. ⁴Y lo que hacemos por él se convierte en el regalo que le damos a Dios. ⁵El sagrado pedido de ayuda del Hijo de Dios, en su percibido infortunio, su Padre no puede sino contestarlo. ⁶Pero Él necesita una voz a través de la cual hablar Su sagrada Palabra; una mano con la cual pueda alcanzar a Su Hijo y tocar su corazón. ⁷En un proceso como ese, ¿quién podría no sanarse? ⁸Esta interacción sagrada es el plan de Dios Mismo, por medio del cual Su Hijo es salvado.

6. Pues dos se han unido. ²Y ahora las promesas de Dios son cumplidas por Él. ³Los límites impuestos tanto por el paciente como por el terapeuta no contarán para nada, pues la sanación ha comenzado. ⁴Lo que ellos tienen que comenzar, su Padre lo completará. ⁵Pues Él jamás ha pedido otra cosa que la más pequeña buena voluntad, el menor avance, el más diminuto susurro de Su Nombre. ⁶Pedir ayuda, en la forma que sea, no es otra cosa que Llamarlo. ⁷Y Él enviará Su Respuesta a través del terapeuta que mejor pueda servir a Su Hijo en todas sus actuales necesidades. ⁸Tal vez la respuesta no parezca ser un regalo del Cielo. ⁹Puede incluso parecer un empeoramiento y no una ayuda. ¹⁰Aun así, que no seamos nosotros quienes juzguemos el resultado.

7. En alguna parte todos los regalos de Dios tienen que ser recibidos.²En el tiempo ningún esfuerzo puede hacerse en vano.³No es nuestra perfección lo que se pide en nuestros intentos de sanar.⁴Ya estamos engañados si creemos que hay necesidad de sanación.⁵Y la verdad nos llegará sólo a través de alguien que parece compartir nuestro sueño de enfermedad.⁶Ayudémoslo a perdonarse por todas las ofensas por las cuales se condenaría sin causa.⁷Su sanación es la nuestra.⁸Y según vemos que su impecabilidad llega brillando a través del velo de culpa que cubre al Hijo de Dios, contemplaremos en él el rostro de Cristo, y comprenderemos que no es sino el nuestro.

8. Permanezcamos en silencio ante la Voluntad de Dios, y hagamos lo que ésta ha elegido que hagamos.²Hay sólo una manera mediante la cual llegamos a donde se iniciaron todos los sueños.³Y es allí donde los depositaremos, para marcharnos en paz para siempre.⁴Escucha a un hermano pedir ayuda y respóndele.⁵Será a Dios a Quien respondas, pues Lo llamaste.⁶No hay otra manera de escuchar Su Voz.⁷No hay otra manera de buscar a Su Hijo.⁸No hay otra manera de encontrar tu propio Ser.⁹Santa es la sanación, pues el Hijo de Dios regresa al Cielo a través de su benévolo abrazo.¹⁰Pues la sanación le dice, en la Voz que habla por Dios, que todos sus pecados le han sido perdonados.

VI. Cómo se define la sanación.

1. El proceso de la psicoterapia, pues, se puede definir simplemente como perdón, pues no hay sanación que pueda ser otra cosa.²Los que no perdonan están enfermos, pues creen que ellos no han sido perdonados.³El asirse a la culpa, el abrazarla estrechamente y cuidarla, el protegerla con amor y el mantener en alerta su defensa, todo esto no es otra cosa que una implacable negativa a perdonar.⁴"Dios no puede entrar aquí" repiten los enfermos, una y otra vez, mientras lamentan su pérdida y, sin embargo, se regocijan en ella.⁵La sanación ocurre a medida que un paciente comienza a escuchar el canto fúnebre que entona y a cuestionar su validez.⁶Hasta que no lo escuche, no puede entender que es él quien se lo canta a sí mismo.⁷Escucharlo es el primer paso en la recuperación.⁸Cuestionarlo tiene que convertirse entonces en su elección.

2. Hay una tendencia, y muy fuerte, a escuchar este canto de muerte sólo un instante, para luego descartarlo sin haberlo corregido. ²Estas conciencias fugaces representan las muchas oportunidades que se nos dan literalmente para "cambiar de melodía" ³En vez de ésta, puede escucharse el sonido de la sanación. ⁴Pero primero debe surgir la voluntad de cuestionar la "verdad" del canto de condenación. ⁵Las distorsiones extrañas que se tejen inextricablemente al interior del concepto del yo, que en sí no es otra cosa que una pseudo creación, hacen que este feo sonido parezca verdaderamente hermoso. ⁶"El ritmo del universo", "el canto del ángel heraldo", todo esto y más, se oye en lugar de esos ruidosos chillidos discordantes.

3. El oído traduce, no oye. ²El ojo reproduce, no ve. ³Su tarea es hacer agradable aquello que se invoca, no importa cuán desagradable pueda ser. ⁴Responden a las decisiones de la mente, al reproducir sus deseos y traducirlos en formas aceptables y placenteras. ⁵Algunas veces el pensamiento detrás de la forma se asoma, aunque sólo muy brevemente, y la mente se asusta y comienza a dudar de su cordura. ⁶Pero no permitirá a sus esclavos cambiar las formas que contemplan, los sonidos que oyen. ⁷Estos son sus "remedios", sus "salvaguardias" contra la locura.

4. Estos testimonios que traen los sentidos tienen un solo propósito: justificar el ataque y de esta manera conservar la falta de perdón sin reconocerla como lo que es. ²Cuando se la ve sin disfraz resulta intolerable. ³Sin protección no podría soportarse. ⁴Aquí se atesoran todas las enfermedades, pero sin reconocer que es así. ⁵Pues cuando no se reconoce una falta de perdón, la forma que toma parece ser algo distinto. ⁶Y ahora es ese "algo distinto" lo que parece aterrorizar. ⁷Pero no es el "algo distinto" lo que se puede sanar. ⁸No está enfermo, y no necesita remedio. ⁹Concentrar tus esfuerzos sanadores aquí no es más que futilidad. ¹⁰¿Quién puede sanar lo que no está enfermo y aliviado?

5. La enfermedad toma muchas formas, y lo mismo hace la falta de perdón. ²Las formas de una sólo reproducen las formas de la otra, pues son la misma ilusión. ³Tan fielmente la una se traduce en la otra, que un estudio cuidadoso de la forma de una enfermedad revelará con bastante claridad la forma de falta de perdón que representa. ⁴Sin embargo, ver esto no efectuará una sanación. ⁵Eso se logra mediante

un solo reconocimiento: que sólo el perdón sana una falta de perdón, y sólo una falta de perdón puede ser el origen de cualquier clase de enfermedad.

6. Esta comprensión es la meta final de la psicoterapia. ²¿Cómo se alcanza? ³El terapeuta ve en el paciente todo lo que no ha perdonado en sí mismo, y de esta manera se le da otra oportunidad de mirarlo, someterlo a una nueva evaluación y perdonarlo. ⁴Cuando esto ocurre, ve cómo desaparecen sus pecados en un pasado que ya no está aquí. ⁵Hasta que lo haga, tiene que pensar que el mal lo asedia aquí y ahora. ⁶El paciente es la pantalla para la proyección de sus pecados, lo cual hace posible que se deshaga de ellos. ⁷Pero si llega a retener una mancha de pecado en lo que mira, su liberación es parcial y no será segura.

7. Nadie se cura solo. ²Este es el alegre canto que la salvación entona a todo el que oye su Voz. ³Esta afirmación no puede ser recordada con demasiada frecuencia por todos los que se vean a sí mismos como terapeutas. ⁴Sus pacientes sólo se pueden ver como portadores de perdón, pues son ellos quienes vienen a demostrar su impecabilidad ante ojos que aún creen que el pecado se encuentra ahí para que lo vean. ⁵Pero la prueba de la impecabilidad, vista en el paciente y aceptada en el terapeuta, le ofrece a la mente de ambos un pacto en el cual se encuentran y unen y son uno.

VII. La relación ideal paciente-terapeuta

1. ¿Quién es, entonces, el terapeuta, y quién es el paciente? ²Al final, todo el mundo desempeña ambos papeles. ³Quien necesita sanación debe sanar. ⁴Médico, sánate a ti mismo. ⁵¿Quién más hay para sanar? ⁶¿Y quién más tiene necesidad de sanación? ⁷Cada paciente que viene a un terapeuta le ofrece una oportunidad de sanarse a sí mismo. ⁸Por lo tanto, él es el terapeuta. ⁹Y cada terapeuta debe aprender a sanar de cada paciente que viene a él. ¹⁰De esta manera, se convierte en su paciente. ¹¹Dios no sabe de separación. ¹²Lo único que Él sabe es que tiene un Hijo. ¹³Su conocimiento se refleja en la relación ideal paciente-terapeuta. ¹⁴Dios viene a aquel que llama, y en Él se reconoce a Sí Mismo.

2. Piensen cuidadosamente, maestro y terapeuta, por quién oran y

quién tiene necesidad de sanación. ²Pues la terapia es oración, y el sanar es su objetivo y su resultado. ³¿Qué es la oración excepto el unir las mentes en una relación en la cual Cristo puede entrar? ⁴Esta es Su hogar, al cual la psicoterapia Lo invita. ⁵¿Qué es la sanación de un síntoma, si siempre hay otro para escoger? ⁶Pero una vez que Cristo entra, ¿qué alternativa hay excepto la de permitirle quedarse? ⁷No hay necesidad de más, pues eso es todo. ⁸La sanación está aquí, y la felicidad y la paz. ⁹Estos son los "síntomas" de la relación ideal terapeuta-paciente, los cuales reemplazan a aquellos con los que el paciente vino al pedir ayuda.

3. En el proceso que tiene lugar en esta relación, en realidad, el terapeuta en su corazón le dice al paciente que todos sus pecados han sido perdonados, junto con los propios. ²¿Qué diferencia podría haber entre la sanación y el perdón? ³Sólo Cristo perdona, pues conoce Su impecabilidad. ⁴Su visión sana la percepción y la enfermedad desaparece. ⁵Y no regresará de nuevo, una vez su causa se ha eliminado. ⁶Esto, sin embargo, necesita la ayuda de un terapeuta muy avanzado, capaz de unirse con el paciente en una relación santa en la cual todo sentido de separación, finalmente, se supera.

4. Para ello, se requiere una cosa y sólo una: que el terapeuta no se confunda a sí mismo con Dios en absoluto. ²Todos los "sanadores no sanados" caen en esta confusión fundamental de una u otra manera, pues deben considerarse como sus propios creadores, en lugar de creados por Dios. ³Esta confusión rara vez o nunca se halla en la conciencia, o el sanador no sanado se convertiría instantáneamente en un maestro de Dios, y le dedicaría su vida a la función de sanar verdaderamente. ⁴Antes de alcanzar este punto, pensó que estaba a cargo del proceso terapéutico y que, por lo tanto, era responsable de su resultado. ⁵Los errores de su paciente se convirtieron así en sus propios fracasos, y la culpa se convirtió en la cubierta, oscura y fuerte, de lo que debería ser la Santidad de Cristo. ⁶La culpa es inevitable en aquellos que usan su juicio al tomar sus decisiones. ⁷La culpa es imposible en aquellos a través de los cuales habla el Espíritu Santo.

5. La desaparición de la culpa es el verdadero objetivo de la terapia y el evidente objetivo del perdón. ²En esto su unidad se puede ver claramente. ³Pero ¿cómo podría experimentar el final de la culpa

quien se siente responsable de su hermano al ejercer el papel de guía suyo? ⁴Tal función presupone un conocimiento que nadie aquí puede tener; una certeza del pasado, presente y futuro, y de todos los efectos que pueden ocurrir en ellos. ⁵Sólo desde este punto omnisciente sería posible semejante papel. ⁶Sin embargo, ninguna percepción es omnisciente, ni es el diminuto yo de uno solo contra el universo capaz de asumir que posee tal sabiduría, excepto en la locura. ⁷Que muchos terapeutas están locos es obvio. ⁸Ningún sanador no sanado puede estar completamente cuerdo.

6. Sin embargo, es tan insensato no aceptar una función que Dios te ha dado, como lo es inventar una que no proviene de Él. ²El terapeuta avanzado no puede dudar jamás en modo alguno del poder que hay en él. ³Tampoco duda nunca de su Fuente. ⁴Entiende que todo el poder en la tierra y en el Cielo le pertenece, por ser quien es. ⁵Y él es esto debido a su Creador, Cuyo Amor está en él y Quien no puede fallar. ⁶Piensa en lo que esto significa: tiene los regalos de Dios Mismo para dar. ⁷Sus pacientes son los santos de Dios, quienes invocan su santidad para hacerla suya. ⁸Y en la medida en que él se las brinda, contemplan el radiante rostro de Cristo que los mira también.

7. Los locos, creyendo que son Dios, no tienen miedo de ofrecer debilidad al Hijo de Dios. ²Pero lo que por esta razón ven en él, en verdad los atemoriza. ³El sanador no sanado no puede evitar sentir miedo de sus pacientes, y sospechar en ellos la traición que ve en él. ⁴Trata de sanar, y puede hacerlo algunas veces. ⁵Pero su éxito sólo se dará en cierta medida y por corto tiempo. ⁶No ve el Cristo en el que lo llama. ⁷¿Qué respuesta puede dar a quien parece ser un extraño, ajeno a la verdad y pobre en sabiduría, sin el dios que se le debe dar? ⁸Contempla a tu Dios en él, pues lo que ves será tu Respuesta.

8. Piensa lo que en realidad significa la unión de dos hermanos. ²Y entonces, olvídate del mundo y de todos sus pequeños triunfos y sus sueños de muerte. ³Los mismos son uno, y nada puede ahora recordarte el mundo de la culpa. ⁴La habitación se transforma en un templo, y la calle en una corriente de estrellas que pasa rozando levemente, más allá de todos los sueños enfermizos. ⁵La sanación se ha realizado, pues lo que es perfecto no necesita sanación, y ¿qué queda para ser perdonado donde el pecado no existe?

9. Siéntete agradecido, terapeuta, de que puedas ver cosas como éstas

con tan solo entender tu verdadero papel. ²Pero si fallas en esto, habrás negado que Dios te creó, y por consiguiente no sabrás que eres Su Hijo. ³¿Quién es tu hermano ahora? ⁴¿Qué santo puede venir para llevarte consigo a casa? ⁵Perdiste el camino. ⁶Y ¿esperas ahora poder ver en él una respuesta que te has negado a dar? ⁷Sana y sánate. ⁸No hay otra alternativa de caminos que pueda jamás conducir a la paz. ⁹Ah, deja entrar a tu paciente, pues llega a ti de Dios. ¹⁰¿No es su santidad suficiente para despertar tu memoria de Él?

3. LA PRÁCTICA DE LA PSICOTERAPIA

I. La selección de pacientes

1, Todo aquel que se te envía es un paciente tuyo. ²Esto no significa que tú lo selecciones, ni que escojas la clase de tratamiento adecuado. ³Pero sí significa que nadie viene a ti por error. ⁴No hay errores en el plan de Dios. ⁵Sería un error, sin embargo, presumir que sabes lo que debe ofrecerse a todo el que viene. ⁶No te corresponde decidirlo. ⁷Hay una tendencia a asumir que se te llama constantemente a sacrificarte por aquellos que llegan. ⁸Esto difícilmente podría ser cierto. ⁹Exigir que te sacrifiques es exigir un sacrificio de Dios, y Él no sabe nada de sacrificios. ¹⁰¿Quién podría pedirle a Lo Perfecto que sea imperfecto?

2, ¿Quién decide, entonces, lo que cada hermano necesita? ²Seguramente no tú, que aún no reconoces quién es aquel que pide. ³Hay Algo en él que te lo dirá, si escuchas. ⁴Y esa es la respuesta: escucha. ⁵No exijas, no decidas, no sacrifiques. ⁶Escucha. ⁷Lo que oyes es verdad. ⁸¿Mandaría Dios Su Hijo a ti sin estar seguro de que reconoces sus necesidades? ⁹Piensa lo que Dios te está diciendo; Él necesita que tu voz hable por Él. ¹⁰¿Podría algo ser más santo? ¹¹¿O ser un regalo mayor para ti? ¹²¿Preferirías escoger quién sería Dios, o escuchar la Voz de Aquel que es Dios en ti?

3. Tus pacientes no necesitan estar físicamente presentes para que les sirvas en el Nombre de Dios. ²Esto puede ser difícil de recordar, pero Dios no va a consentir que Sus regalos para ti se limiten a los pocos que en efecto ves. ³Puedes ver otros también, pues la visión no está limitada a los ojos del cuerpo. ⁴Algunos no necesitan tu presencia física. ⁵Te necesitan tanto, y tal vez más, en el instante en que se envían. ⁶Los reconocerás en la forma que pueda ser más útil para ambos. ⁷No importa cómo vengan. ⁸Serán enviados en la forma en que sea más útil: un nombre, un pensamiento, una imagen, una idea, o tal vez simplemente una sensación de estar llegando a alguien en alguna parte. ⁹La unión está en las manos del Espíritu Santo. ¹⁰No se puede evitar lograrla.

4. Un terapeuta santo, un maestro de Dios avanzado, nunca olvida una

cosa: no fue él quien hizo el currículo de la salvación, ni quien estableció su parte en él. ²Entiende que su parte es necesaria para el todo, y que a través de ella reconocerá el todo cuando su parte esté completa. ³Entre tanto, debe aprender, y sus pacientes son el medio que se le ha enviado para su aprendizaje. ⁴ ¿Qué otra cosa sino gratitud podría sentir por ellos y hacia ellos? ⁵Traen consigo a Dios. ⁶Rechazaría este regalo por un guijarro, o cerraría la puerta al salvador del mundo para dejar entrar a un fantasma? ⁷Que no traicione al Hijo de Dios. ⁸Quien lo llama está más allá de su comprensión. ⁹¿Pero, no se alegraría de poder responder, cuando sólo así será capaz de escuchar la llamada y entender que es la suya?

II. ¿Es la psicoterapia una profesión?

1. Estrictamente hablando, la respuesta es no. ²¿Cómo podría considerarse separada una profesión en la que todo el mundo es copartícipe? ³¿Y cómo podría imponerse límite alguno a una interacción en la que cada uno es tanto paciente como terapeuta en toda relación en la que entra? ⁴Sin embargo, hablando de manera práctica, puede decirse aún que hay algunos que se dedican fundamentalmente a una u otra forma de sanación como su tarea principal. ⁵Y es a ellos a los que un gran número de personas acude en busca de ayuda. ⁶Esa, en efecto, es la práctica de la terapia. ⁷Estos son, por consiguiente, ayudantes "oficiales". ⁸Están dedicados a cierta clase de necesidades en sus actividades profesionales, aunque pueden ser maestros mucho más capaces fuera de ellas. ⁹Estas personas no necesitan reglas especiales, por supuesto, pero pueden llamárseles a usar aplicaciones especiales de los principios generales de la sanación.

2. Primero, el terapeuta profesional se encuentra en una posición excelente para demostrar que no hay orden de dificultad en la sanación. ²Para esto, sin embargo, necesita adiestramiento especial, puesto que el currículo mediante el cual se convirtió en terapeuta probablemente le enseñó poco o nada sobre los principios reales de la sanación. ³De hecho, probablemente le enseñó cómo hacer imposible la sanación. ⁴La mayoría de las enseñanzas del mundo siguen un currículo en el juzgar, con el objetivo de convertir al terapeuta en un juez.

3. Aun esto puede ser usado por el Espíritu Santo, y lo usará, si se le extiende la menor invitación.²El sanador no sanado puede ser arrogante, egoísta, indiferente, e incluso deshonesto.³Puede no tener interés en lo que respecta a la sanación como su objetivo principal.⁴Pero algo le sucedió, no importa cuán pequeño pudo haber sido, cuando eligió ser un sanador, sin importar la dirección equivocada que puede haber escogido.⁵Ese "algo" es suficiente.⁶Tarde o temprano ese algo surgirá y crecerá: un paciente tocará su corazón, y el terapeuta silenciosamente le pedirá ayuda.⁷Ha encontrado un terapeuta para sí mismo.⁸Le ha pedido al Espíritu Santo que entre en la relación y que la sane.⁹Ha aceptado la Expiación para sí mismo.

4. Se dice que Dios contempló todo lo que había creado y lo declaró bueno.²No, Él lo declaró perfecto, y así fue.³Y como Sus creaciones no cambian y duran para siempre, así es ahora.⁴Pero no puede ser posible que exista un perfecto terapeuta ni un perfecto paciente.⁵Ambos tienen que haber negado su perfección, pues su misma necesidad del otro implica un sentimiento de carencia.⁶Una relación de uno a uno no es Una Relación.⁷Sin embargo, es el medio de retorno: el camino que Dios escogió para el regreso de Su Hijo.⁸En ese extraño sueño tiene que entrar una extraña corrección, pues sólo eso es la llamada a despertar.⁹Y ¿qué otra cosa debe ser la psicoterapia?¹⁰Despierta y alégrate, pues todos tus pecados te han sido perdonados.¹¹Éste es el único mensaje que dos personas deben darse mutuamente para siempre.

5. Algo bueno tiene que salir de todo encuentro de un paciente y un terapeuta.²Y ese algo se guarda para ambos, hasta el día en que puedan reconocer que eso era lo único real en su relación.³En ese momento lo bueno se les devuelve, bendecido por el Espíritu Santo como un regalo de su Creador como muestra de Su Amor.⁴Pues la relación terapéutica tiene que llegar a ser como la relación entre el Padre y el Hijo.⁵No hay otra, puesto que no existe nada más.⁶Los terapeutas del mundo no esperan este resultado, y muchos de sus pacientes no serían capaces de aceptar su ayuda si lo esperasen.⁷Pero ningún terapeuta realmente establece la meta de las relaciones de las cuales forma parte.⁸Su comprensión comienza con este reconocimiento, y luego prosigue desde ahí.

6. Es en el instante en que el terapeuta olvida juzgar al paciente

cuando la sanación ocurre. ²En algunas relaciones jamás se alcanza este punto, aunque tanto el paciente como el terapeuta pueden cambiar sus sueños en el proceso. ³Sin embargo, no será el mismo sueño para ambos, y por ende no es este el sueño de perdón en el cual los dos despertarán algún día. ⁴Lo bueno se guarda; de hecho, se atesora. ⁵Pero es poco el tiempo que se ahorra. ⁶Los nuevos sueños perderán su temporal encanto y se convertirán en sueños de miedo, que es el contenido de todos los sueños. ⁷Aun así, ningún paciente puede aceptar más de lo que está listo para recibir, y ningún terapeuta puede ofrecer más de lo que cree tener. ⁸Y, por lo tanto, hay un lugar para todas las relaciones de este mundo, y aportarán tanto bien como cada uno pueda aceptar y usar.

7. De todos modos, es cuando el juicio cesa que el sanar ocurre, pues sólo entonces puede entenderse que no hay orden de dificultad en la sanación. ²Este es un entendimiento necesario para el sanador sanado. ³Ha aprendido que no es más difícil despertar a un hermano de un sueño que de otro. ⁴Ningún terapeuta profesional puede retener esta comprensión en su mente de manera estable, y ofrecerla a todo el que viene a él. ⁵Hay algunos en este mundo que han llegado muy cerca, pero no han aceptado el regalo completamente para poder quedarse y hacer que su comprensión permanezca en la tierra hasta el final de los tiempos. ⁶Difícilmente se los podría llamar terapeutas profesionales. ⁷Son los Santos de Dios. ⁸Son los Salvadores del mundo. ⁹Su imagen permanece, pues han elegido que así sea. ¹⁰Reemplazan otras imágenes, y ayudan con sueños amables.

8. Una vez que el terapeuta profesional se ha dado cuenta de que las mentes están unidas, puede también reconocer que el orden de dificultad en la sanación no tiene sentido. ²No obstante, mucho antes de lograr esto en el tiempo, puede encaminarse hacia ello. ³Puede tener muchos instantes santos en el camino. ⁴Una meta marca el final de una jornada, no el comienzo, y a medida que se logra cada meta, se puede vislumbrar otra adelante. ⁵La mayoría de los terapeutas profesionales apenas están en el comienzo de la fase inicial del primer viaje. ⁶Incluso aquellos que han comenzado a entender lo que tienen que hacer pueden oponerse aún a iniciar el camino. ⁷Sin embargo, todas las leyes de la sanación pueden ser suyas en un solo instante. ⁸El viaje no es largo, excepto en sueños.

9. El terapeuta profesional posee una ventaja con la que puede ahorrar una enorme cantidad de tiempo si la usa adecuadamente.²Ha elegido un camino en el cual hay una gran tentación de utilizar mal su papel.³Esto lo capacita para superar muchos obstáculos a la paz con bastante rapidez, si escapa a la tentación de asumir una función que no se le ha dado.⁴Para entender que no hay orden de dificultad en la sanación, tiene que reconocer también su igualdad con el paciente.⁵No hay términos medios en esto.⁶0 son iguales o no lo son.⁷Los intentos de los terapeutas de transigir con respecto a esto son extraños en verdad.⁸Algunos utilizan la relación únicamente con el fin de coleccionar cuerpos para adorar en su santuario, y a esto lo consideran sanación.⁹Muchos pacientes, también, consideran este extraño procedimiento como la salvación.¹⁰Aun así, en cada encuentro hay Uno Que dice: "hermano mío, elige de nuevo".

10. No olvides que cualquier forma de especialismo debe ser defendida, y lo será.²El terapeuta inofensivo tiene la fuerza de Dios con él, pero el terapeuta ofensivo (o defensivo) ha perdido de vista la Fuente de su salvación.³No ve y no oye.⁴¿Cómo puede, entonces, enseñar?⁵Pues es la Voluntad de Dios que él tome su puesto en el plan para la salvación.⁶Pues es la Voluntad de Dios que ayude a su paciente a unirse a él allí.⁷Pues su incapacidad de ver y oír no limita al Espíritu Santo en manera alguna.⁸Excepto en el tiempo.⁹En el tiempo puede haber un gran retraso entre el ofrecimiento y la aceptación de la sanación.¹⁰Este es el velo que cubre el rostro de Cristo.¹¹Pero no puede ser sino una ilusión, pues el tiempo no existe y la Voluntad de Dios ha sido siempre exactamente como es.

III. La cuestión del pago

1. Nadie puede pagar por la terapia, pues la sanación es de Dios y Él no pide nada.²Sin embargo, es parte de Su plan que todo en este mundo sea utilizado por el Espíritu Santo para ayudar a cumplir con el plan.³Aun el terapeuta avanzado tiene algunas necesidades terrenales mientras está aquí.⁴Si necesita dinero se le dará, no como pago, sino para ayudarle a desempeñarse mejor dentro del plan.⁵El dinero no es malo.⁶No es nada.⁷Pero nadie aquí puede vivir sin ilusiones, pues aún debe esforzarse por lograr que la última ilusión sea aceptada por todos

en todas partes. ⁸Tiene una parte extraordinaria en este único propósito, para el cual vino. ⁹Sólo para eso permanece aquí. ¹⁰Y mientras permanezca, se le dará lo que necesite para quedarse.

2. Sólo un sanador no sanado intentaría sanar por dinero, y no tendrá éxito en la medida en que lo considere de valor. ²Ni encontrará su sanación en el proceso. ³Habrán algunos a quienes el Espíritu Santo les pida algún pago para Su propósito. ⁴Habrán otros a quienes no se lo pida. ⁵No debe ser el terapeuta el que tome estas decisiones. ⁶Hay una diferencia entre pago y costo. ⁷Dar dinero donde el plan de Dios lo asigna no tiene costo. ⁸Retenerlo de donde corresponde por derecho tiene enorme costo. ⁹El terapeuta que lo hace pierde el nombre de sanador, pues nunca podría entender lo que es la sanación. ¹⁰No puede darla, y por ende, no puede tenerla.

3. Los terapeutas de este mundo son ciertamente inútiles para la salvación del mundo. ²Hacen exigencias, y por tanto, no pueden dar. ³Los pacientes pueden pagar solamente por el intercambio de ilusiones. ⁴Esto, en verdad, tiene que exigir pago, y el costo es grande. ⁵Una relación "comprada" no puede ofrecer el único regalo por el que se consigue toda sanación. ⁶El perdón, el único sueño del Espíritu Santo, no debe tener costo. ⁷Puesto que si lo tiene, simplemente crucifica de nuevo al Hijo de Dios. ⁸¿Puede ser esta la manera en que se le perdona? ⁹¿Puede ser así como termine el sueño del pecado?

4. El derecho a vivir es algo por lo que nadie tiene necesidad de luchar. ²Se le ha prometido, y está garantizado por Dios. ³Por consiguiente, es un derecho que el terapeuta y el paciente comparten por igual. ⁴Si su relación ha de ser santa, cualquier cosa que uno necesite, el otro la da; cualquier cosa que le haga falta a uno, el otro la provee. ⁵Es aquí donde la relación se hace santa, pues es aquí donde ambos son sanados. ⁶El terapeuta compensa al paciente con gratitud, lo mismo que el paciente lo compensa a él. ⁷No hay costo para ninguno de los dos. ⁸Pero se le debe gratitud a ambos, por liberarse de la duda y de la prolongada prisión. ⁹¿Quién podría no mostrarse agradecido por semejante regalo? ¹⁰Pero ¿quién podría imaginar que éste puede comprarse?

5. Se ha dicho correctamente que a aquel que tiene se le dará. ²Porque tiene, puede dar. ³Y porque da se le dará. ⁴Esta es la ley de Dios, y no

la del mundo. ⁵Así ocurre también con los sanadores de Dios. ⁶Dan porque han oído Su Palabra y la han comprendido. ⁷Todo lo que necesitan se les habrá dado de esta manera. ⁸Pero perderán esta comprensión a menos que recuerden que todo lo que tienen procede únicamente de Dios. ⁹Si creen que necesitan cualquier cosa de un hermano, no lo reconocerán más como un hermano. ¹⁰Y si hacen esto, una luz se apaga incluso en el Cielo. ¹¹Donde el Hijo de Dios se vuelve contra sí mismo, sólo puede contemplar la oscuridad. ¹²Se ha negado la luz a sí mismo, y no puede ver.

6. Hay una regla que siempre debe observarse: no debe rechazarse a nadie porque no pueda pagar. ²Nadie es enviado a otro por accidente. ³Las relaciones siempre tienen un propósito. ⁴Cualquiera que pueda haber sido el propósito antes de que el Espíritu Santo entrara en ellas, son siempre Su templo potencial; el lugar de descanso de Cristo y el hogar de Dios Mismo. ⁵Quien quiera que llegue, ha sido enviado. ⁶Tal vez ha sido enviado a dar a su hermano el dinero que necesita. ⁷Ambos serán bendecidos de este modo. ⁸Tal vez fue enviado a enseñar al terapeuta cuánto necesita el perdón, y cuán poco valor tiene el dinero al compararlo con éste. ⁹De nuevo, ambos serán bendecidos. ¹⁰Sólo en términos de costo podría uno tener más. ¹¹Al compartir, todos deben ganar una bendición sin costo alguno.

7. Esta visión del pago puede parecer muy poco práctica, y así sería a los ojos del mundo. ²Pero ninguno de los pensamientos mundanos es realmente práctico. ³¿Cuánto se gana al esforzarse por conservar ilusiones? ⁴¿Cuánto se pierde al desechar a Dios? ⁵¿Y es posible hacerlo? ⁶Es, sin duda, poco práctico esforzarse por nada, e intentar hacer lo imposible. ⁷Por eso, detente un momento, lo suficiente para pensar en esto: tal vez has estado buscando la salvación sin reconocer hacia dónde mirar. ⁸Quienquiera que te pida ayuda puede mostrarte hacia dónde. ⁹¿Qué mejor regalo se te podría dar? ¹⁰¿Qué mejor regalo podrías dar?

8. Médico, sanador, terapeuta, sánate a ti mismo. ²Muchos llegarán a ti portando el regalo de la sanación, si así lo eliges. ³El Espíritu Santo nunca rehúsa una invitación a entrar y morar contigo. ⁴Te dará infinitas oportunidades de abrir la puerta de tu salvación, pues tal es Su función. ⁵También te dirá exactamente cuál es tu función en cada circunstancia y en todo momento. ⁶Quien quiera que Él te envíe

llegará a ti, ofreciendo la mano a su Amigo. ⁷Permite que el Cristo en ti le dé la bienvenida, pues ese mismo Cristo se halla en él también. ⁸Niégle la entrada, y has negado el Cristo en ti. ⁹Recuerda la deplorable historia del mundo, y las felices nuevas de la salvación. ¹⁰Recuerda el plan de Dios para la restitución de la alegría y la paz. ¹¹Y no olvides cuán simples son los caminos de Dios: ¹²*Estabas perdido en la oscuridad del mundo hasta que pediste luz.* ¹³*Y entonces Dios envió a Su Hijo para dártela.*

Contenido

INTRODUCCIÓN

1. EL PROPÓSITO DE LA PSICOTERAPIA

-

2. EL PROCESO DE LA PSICOTERAPIA

Introducción

I. Los límites en la psicoterapia

II. El lugar de la religión en la psicoterapia.

III. El papel del psicoterapeuta

IV. El proceso de la enfermedad

V. El proceso de la sanación

VI. Cómo se define la sanación.

VII. La relación ideal paciente-terapeuta

-

3. LA PRÁCTICA DE LA PSICOTERAPIA

I. La selección de pacientes

II. ¿Es la psicoterapia una profesión?

III. La cuestión del pago



Created with *Writer2ePub*
by Luca Calcinai